

3E

echt. evangelisch. engagiert.
Das Ideenmagazin für die Kirche

ZKZ 82156 | 4/2019 | November 2019 - Januar 2020
EUR 8,50/CHF 12.40 | www.Magazin3E.net

KIRCHE IM WANDEL

Wenn nichts bleibt, wie es war

STREITPUNKT ANBETUNG

Die Kluft zwischen
Kirchenmusik und
Lobpreis überwinden

3E-Know-how:
**KLEINES ABC DER
GASTFREUNDSCHAFT**

Das
3E-Gespräch
mit Tomáš Halík:
**„GLAUBE IST
EIN SUCHEN!“**



2



Evangelische Kirche
der Pfalz

GOTT IST GEGENWÄRTIG

Unter dem Titel „Mystik Light“ bietet die evangelische Kirchengemeinde Fußgönheim an, der Gegenwart Gottes mithilfe christlicher Meditation auf die Spur zu kommen.



Zur Meditation sitzen die Teilnehmenden im Stuhlkreis rund um eine schlicht gestaltete Mitte.

„Gott ist gegenwärtig. Lasset uns anbeten und in Ehrfurcht vor ihn treten.“ Viele haben schon einmal in einem Gottesdienst die von Gerhard Tersteegen gedichteten Worte gesungen (EG 165,1). Tersteegen war als evangelischer Mystiker der Meinung, dass Gott überall im Leben zu jeder Zeit anwesend und erfahrbar sei. Er schreibt davon, dass Gott immer schon in uns und wir in ihm gegenwärtig sind: „Ich in dir, du in mir.“ (EG 165,5) Das Problem scheint jedoch zu sein, dass viele Christen zwar theoretisch glauben, dass Gott gegenwärtig ist, oftmals aber der Zugang fehlt, um diese Gegenwart auch konkret wahrzunehmen. Deshalb gibt es in der Kirchengemeinde Fußgönheim alle vierzehn Tage einen Meditationsabend.

ANKOMMEN

Die Teilnehmenden treffen im Gemeindesaal ein, der mit einem Stuhlkreis um eine meditative Mitte hergerichtet ist: Wer vor 20 Uhr ankommt, kann noch etwas mit den anderen plaudern; ab 20 Uhr ist dann „stilles Ankommen“ angesagt.

IMPULS

Das eigentliche Programm beginnt um 20:15 Uhr mit einem zehnmütigen Impuls zu Grundlagen, Hintergründen oder zur konkreten Praxis christlicher Meditation. Zum Beispiel: Der Schlüssel für die Erfahrung Gottes im Leben – mitten in allen Sorgen, Problemen, inmitten aller Familien-, Berufs- oder Sitzungsarbeit – liegt für Tersteegen darin, das Herz immer wieder auf Gott hin auszurichten (EG 165,7). Wer absieht von allem Problemlösen, Produzieren, Schaffen, Sorgen und Machen, kann still werden und wahrnehmen, wo Gott bereits gegenwärtig ist und wirkt. So wie es im Psalter heißt: „Seid still und erkennt, dass ich Gott bin.“ (Psalm 46,11)

DIE ERSTE STILLE

Damit das Herz von allen möglichen Gedanken zur Ruhe kommt, hilft es, das Innere immer wieder an nur einen hilfreichen und segensreichen Gedanken „anzuheften“. Er wird innerlich wie ein Mantra wiederholt. Kurze Sätze, die sich für solches Meditieren an-



bieten, sind zum Beispiel „Der Herr ist mein Hirte, mir fehlt nichts“ oder „Gott, ich in dir, du in mir“ oder von den christlichen Wüstenvätern: „Herr, eile mir zu helfen.“ Wem das zu lang ist, der kann seine Gedanken auch nur an ein einziges Wort anheften, zum Beispiel „Jesus“ oder „Frieden“. So empfiehlt es beispielsweise der moderne Mystiker Thomas Keating in seinem auch in Buchform erschienenen Kurs „Das Gebet der Sammlung“.

PAUSE

Nach zwanzig Minuten der Meditation gibt es eine fünfminütige Pause. Sie bietet die Möglichkeit, sich kurz zu strecken, zu bewegen oder erste Fragen und Gedanken zu äußern. Daraufhin gibt es zwei Möglichkeiten: Wer mag, kann nun mit einer zweiten Runde weitermeditieren. Wem eine Runde Stille genügt, der kann nun auch gerne gehen.

DIE ZWEITE STILLE

Nicht selten kommen Teilnehmende erst in einer zweiten Phase so richtig zur Ruhe. Nachdem die vielen aufwühlenden Gedanken abgebbt sind, können sie jetzt aufmerksam werden für das leise Reden Gottes.

GESPRÄCH UND ABSCHLUSS

In einer abschließenden Runde äußern die Teilnehmenden ihre Fragen, Gedanken und Einsichten zur Meditation. Gegen 21:30 Uhr endet das Angebot. Wer den Abend in Stille ausklingen lassen will, geht nun nach Hause. Wer noch Lust auf Fortsetzung des Gesprächs hat, geht mit zum Stammtisch in das nahegelegene Restaurant ...

Wer das christliche Meditieren mit dem Herzensgebet bzw. Jesusgebet auch zu Hause ausprobieren möchte, findet unter www.mystik-light.de einen kostenfreien Online-Video-Kurs. *



DR. WOLFRAM KERNER

ist evangelischer Pfarrer in Fußgönheim und produziert den YouTube-Channel

TheoLogo: Video-Tutorials rund um Gott und die Welt, Glaube, Kirche und Spiritualität (www.theologo.de).

AUERFALL